

لَكَيْسَتْ التَّاسِعَةُ تَبْدَأُ أَعْمَالَهَا وَتَنْتَهِى سُحْقَ شَيْءٍ رَئِيسًا لَهَا

لماذا يا وكالة

نحن نعرف وموظفو وكالة القوت الدولية يعرفون

الصحف . وتقضي هذه التشريعات بمنع الموظف .
 الكتابة في الصحف في موضوع عمله . وهذا الامر عائد الى
 القوانين وقوانين هذه المؤسسة الدولية على الرغم من تحفظ

فقد : لأن النظم والقوانين المتبعة في المأمع يعطي حراً
وتكر والكلمة لكل الناس بما فيهم الموظفون. فحرية الخائفين
مقبولة لكل الناس لأن عهد كم الأقواء قد انتهى إلى

ان الكتابة في الصحف لا يمكن ان تشكل جريمة يعاقب
ماتون تحت اي ظرف . واذا كان هذا الكلام يتعلق بوقت
م فانه يجب ان يلغى - المتع - في حالة اسماع

وبالأمس استغرنا. ودهشنا السباع قصة غريبة فنادها
 لالة الفوث الدولية بدأت التحقيق مع معلمة من نابلس
 ما نشرت شكوى في الثاني من هذا الشهر طالبت فيها

المستشفى الانجيلي بنابلو لمعالجتها من جراء جرح اصابتها
رأسها اثناء قيامها بتادية اواجبها في الصف . ونال الرغوة
الوكالة متعاقد مع المستشفى المذكور لمعالجة اللاجئين ،

اضطر المعلمة للجوء الى مستشفى حتى يتم الاستعفاء الأولي والمعلمة
كنا نأمل من الوكالة المحترمة ان تعمل على دراسة هـذا
السيناريو والاستعفاء لها ثم الاعلان بانها اتخذت اجراء

سنتهجة . الا ان ما حسنت كان عكس ذلك تماما اذ اتانا

الصحف ، وليس حياة الإنسان .. كاتسان .

• سن المبدأ الذي يقول ان المهم هو الإنسان .
• واتنا نأمل ان نتلقى من مدير الخدمات في وكالة الد
• د التشافي المقنع لتوضيح هذا الامر .

موسى عليه السلام

المهنية الادارية للمقاصد الخيرية في القارة

جتماع الذي عقد امهنية جمعية المقاصد الخيرية
فمنس مؤخرًا ، فقد رحب باعضاء الهيئة العامة باج
خليات جديدة للهيئة الادارية فيذكر ان ٩٠ بالمائة من اء

تشجيع الطلاب الامر
على الدراسة بال

القنصى - أعلن امس اليوم
احتياط اهلون خورون ، مدير
رئيس ادارة الوكالة اليهودية
سبح ، غيلة خاصة يتم

تجميع طلاب من الولايات المتحدة
التيوم إلى إسرائيل للدراسة
البلاد لمدة سنة واحدة .
وسقدا هذه الصلة في

والمعروف ان بعض اعضاء الهيئة الادارية الحالية ان يرضوا انفسهم لهذه التخبيلات .

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الحكمة الوطنية

تعلن عن عقد دوراتها الصيفية لتعليم العلم
والانجليزية والرياضيات والعلوم وذلك لكافة

يبدأ التسجيل من ١-٦-١٩٧٧
يبدأ التدريس من ١٥-٦-١٩٧٧
والغاية ١٥-١-١٩٧٨

ملاحظة : التعليم مسائي من الساعة ٣ - ٧
الإدارة

منطقة التنظيم المحلية - الجليل المركز
اعلان بخصوص ابداع خارطة مفصلة

أودعت في مكتب اللجنة التوجيهية للتنظيم والبناء - أواء
وفي مكتب اللجنة المنظمة للتنظيم والبناء - الجليل المركب
بشارع لوهي هاجيتاوت ١. عكا خارطة مفصلة بمساحة : خارطة
مفصلة بمساحة ٢٢٩٩ م² بالخطوط البيضاء
بالخطوط البيضاء

وهذه هي المساحات المشمولة في الخارطة : بلوك 18710 قسم
 أهم أهداف الخارطة : تقسيم أراضي إيناد سكن في المكان
 كل معني في الخارطة بإمكانه الإطلاع عليها دون مقابل
 ومساحات الدوام .

كل معنى بالرفق ، بالبناء أو بكل جزء تقطعي آخر ، ويرى
مضروبا من جراء الضاربة ، وإسماها من جهة معينة تشملها
أو تحدها ، بإمكانه خلال شهرين من يوم نشر الإعلان في الجريدة
أن يقدم اعتراضه إلى مكاتب اللجنة المحلية المكورة .

يهوشوع دامينوفيتش
رئيس اللجنة اللوائية للتعليم
الجيل المركزي

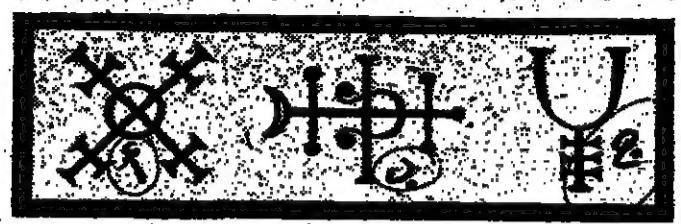
[illegible]

Page 1004



تبر نفسك

هل قلبك مفتوح للآخرين ؟



تكون لك شكوى من تصرف
 من معك أو مع غيرك . وقد تستاء
 برؤود فعلهم على تصرفاتك تحت
 ... وراء كل هذه الأمور هناك
 قلب مغلق بين الناس .
 هل تريد أن تعرف حقيقة أترك انت
 الأقل ، من الناس ؟
 اختبار التالي يساعدك على ذلك
 الأسئلة :

عندما يطلب أحد مساعدتك
 أنت من حجة لقلت به كيف اسرد
 كالسهم أ أو ب أو ج .
 هل تبدو مشاكلا الآخرين عادة ،
 وسخيفة ؟
 عندما يدور حديث من موضوع
 جيل بل يفر الأتراك هل تتحرك
 حين وتخرج .

عندما شاهد غليبا أو تراكليا
 تعاطف مع أحد الأبطال ؟
 حتى وإن كنت لا تفق مع
 برين ، هل تبحث عن موضوع واحد
 أن تتفقون عليه .

عندما تشتري هدية لسان ما
 تبحث من هدية جيدة وعملية لا من
 هدية غريبة ؟
 عندما يتورط صديقك هل تهب
 حاشيته دون أن تفكر في التمسك

والتكليف أو تقديره ؟
 نعم - لا
 عندما تعرف أن صديقاً أو زميلاً
 في العمل وقع صوته في وجهك لأنه
 يمشي مشكلاً في بيته فهل تسامحه على
 ذلك .
 نعم - لا
 هل تتكلم مع الزوج المرفق
 عامل الآخرين كما تريد أن يعاملوك .
 نعم - لا
 هل تهم بالواقعي والكذب
 والاتكالي التي تتكلم بالماله بين بني
 البشر .
 نعم - لا
 هل أنت على استعداد لتقديم
 الأمانة التي تتكلم بالماله بين بني
 البشر .
 نعم - لا

الأجوبة :

إذا أجبت من ١-٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ١٠-١٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٢٠-٢٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٣٠-٣٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٤٠-٤٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٥٠-٥٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٦٠-٦٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٧٠-٧٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٨٠-٨٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .
 إذا أجبت من ٩٠-٩٩ : ١٢ : علامة :
 قلت صديق حقاً .

اعط اجمل تعليق

وصلتنا عشرات التعليقات حول الصورة التي نشرت في
 ٧٧-٥٠٢ ، قبل اسبوعين ، نقتطف منها :

● ياما تحت السواهي دواهي ..
 جريس بولس حينا
 يا حلوة يا حلوة ع الحب بالهداوة
 سبعة اجد حلي - دالية الكريل
 ● هاله هاله قاعدين مثل القش على القش .
 عدنان محاجة - ام الفحم
 ● ع اللومة اللومة اللومة تسلم لي هاي التومة .
 عوني سميد اريس طمره
 ● أنا وحبيبي في تينيه والتشاعوت مخيم غليبا .
 محمد رتيب ابو الهيجاء طمره
 ● آه يضرب الحب شويشيل
 عبد ابو داهود - كركنا
 ● غطان بالثيرة
 مبي انيس رزق - الرينة
 ● اطعمني يطعمك الله
 زينة انيس توبز - شفاعمو
 ● ازمة سكن ..
 صالح شهداوي - يابا
 ● من جد وجد ومن زرع حصد
 نهاية محب حلي - دالية الكريل
 ● اعلم حالك ش شايغايا يا .. اصله حبيبي خجول
 ليور كرم تشور - سمخين
 اما التعليل الذي غماز مرسله بقلم ابريال حديتكيب
 الناصرة للعدلية والنشر فهو ..
 ● بالتر لم بعكم بالثيرة عتوني .
 (مقطع من أغنية لعبد الوهاب)
 وقد ارسله القاري محمد حبيب حماد من حنين .
 نرجو من القاري الفانزار سأل عنوانه الكابل السبي
 ص.ب ١٤٨ ليرسل اليه القلم ..
 ونرجو للقاء الآخرين حظا وافر
 الصورة الجديدة للتعلق :

حل

المشكلة :

عشت حياة مفعلة جدا ، وقضيت
 عدة سنوات وأنا مقلد في العالم ،
 وحررت عدة مقالات عربيات واجنبيات
 وصارت عندي عهدة من بكت حواء
 وكل ما قلوا لي تزوج كنت وكنتسي
 اسمع شيبة . وأخيرا وجدت فتاة
 واجبتها حب المودة مع أنني ملكيتها
 بل رايتها في بيت ابن عمي المزوج من
 اخنها ، وقال لي بنتا نخطب لك فتاة
 وهو صديق حبيبي ، فوافقت ، اما هي
 ترغبت . وتولت بها أكثر وهي هي
 الحرة وهم ابن عمي عدة سنوات
 ليخطبوا لي ورفضت . وابن عمي لم
 يقبلي بها رفضت خوفا أن يجرح
 شعوري ، علمت ذلك وكانت صديقة
 شهر وفكرت أن أخرج وأخيرا قررت أن
 ارحل عنها إلى الخارج ، فقد ضاعت بي
 الدنيا .

ابن حسان الخلاوي - ايلات

الحل :

ابن حسان الخلاوي
 هذه هي رسالة الثانية التي
 أرسلها .. صحح ان الجنس الخشن
 يتسبب في فهم الجنس اللطيف وهذه
 مشكلتك .. أتيا الرجال ..
 على كل حال اردت ان ابدا ردي
 بالمر لا مشكلتك ليست على الجانب
 الفرجاني الذي وصفته في رسالتك .
 حقا الميبيك .. لا تترك .. ولا
 شك أنك لا تريد أن تعيش مع لا
 يجسك .

قذك المياس

الحلقة الثالثة -

الشمي الصحيح
 ١- أشي (ألي نوق) بحيث يكون
 ظهرك مرفوعا وجسمك مستقيما ولكن
 طليقا وليس كالكلب .
 ٢- فلتكن ريكاتك مرتخيات ولتتحرك
 الساق .
 ٣- دعي ريكاتك موازيتين وأبدا
 اصابع القدمين تلتصقان ببقاها تمام .
 ٤- في كل خطوة يجب أن يلمس كعب
 قدمك الأرض بسلامة .
 ٥- سيري بخطوات متساوية لا
 طويلة ولا قصيرة .
 ٦- في السقوط أو الهبوط للرجل
 استملي كل القدم كلها .

اسباب عدم الاتزان

- ١- الكسل .
- ٢- عدم الاتزان والاعتماد .
- ٣- صفة على غير ما يرام .
- ٤- قلة نوم وراحة .
- ٥- عدم الاتزان بتفكير صحيحة .
- ٦- قلة القيام بنشاط جسدي .
- ٧- خذاء غير مريح .
- ٨- النشاط الجسدي

النشاط الجسدي هو عملية بالغة

الأهمية . لذلك يجب أن توجد الوقت
 للقيام بأي نشاط . وإذا كنت المعاهد
 والتواقي غير متوفرة فيمكنك القيام
 بتمارين التمارين الجسدية دون
 الاستعانة بأشياء أخرى .
 أهم أن تقوم بنشاطات تحرك كل
 الجسم .

التشعر لم يعد تاجا

لرأس المرأة

يقولون دائما ان التشعر تاج
 المرأة .. وان الرجال دائما يفضلون
 المرأة ذات الشعر الطويل .. وهذه

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

الحكمة الشرعية في الناصرة

فوائد منزلية

إذا اردت تشجير بطنك ذابطة

فانتصبا في ماء بارد مدة نصف ساعة .
 ان ذلك سيسهل عملية التشجير
 عليك .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

فوائد منزلية

إذا اردت تشجير بطنك ذابطة

فانتصبا في ماء بارد مدة نصف ساعة .
 ان ذلك سيسهل عملية التشجير
 عليك .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

للتكدي من ان السمك الذي

تشتريه طازجا يجب ان تشي فيه
 رائحة التوابل ويجب ان يكون لها
 جلدنا متساك وعيونها لينة وخيشيمه
 حمراء .

مايه الزيادة الشهرية الوسطية لوزن الرضيع خلال السنة الأولى من عمره ؟

يزن الوليد بعد الولادة من ٣ - ٣.٥ كغ عادة ثم يزداد وزنه مقدار ٦٠٠ غ شهريا حتى الشهر السادس من عمره .
 ٥٠ غ حتى نهاية السنة الأولى ويلاحظ عادة ان وزن الرضيع يتضاعف في الشهر الخامس من العمر .
 اما في نهاية السنة الأولى فيصبح وزن الرضيع ثلاثة أضعاف وزن الولادة .
 ومن الملاحظ ان عدم ازدياد وزن الرضيع مدة قصيرة من الزمن (اسبوع أو اسبوعين) لا يدل على حالة مرضية .
 اذا استمر ذلك شهرا أو أكثر فهو دليل على وجود مرض في الطفل أو نقص في التغذية .
 متى يبدأ ظهور الإنسان عادة عند الرضيع وهل لهذا علاقة مع نكاه الطفل ؟
 يبدأ ظهور الإنسان عادة اعتبارا من الشهر السادس من العمر وقد يتأخر لاجابة الشهر التاسع من العمر .
 ان لهذه القاعدة استثناء .
 وعدد الإنسان للبينة عشرون وهي طرية التواء . يتم ظهور الثالثة من العمر ولا توجد علاقة بين نكاه الطفل وبين العمر الذي تظهر فيه الإنسان .

عالم الطفل

بدانة الاطفال .. هل هي صحة ؟ !



بقلم : عبلا هاني وليم

نشاهد يوميا العديد من الاعلانات والتدريبات التي تحاول انتاج الامم بشرارة هذا النوع من الغذاء لطفلا ،
 لانه غذاء مفيد وصحي ونليذ . ونلاحظ دائما ان اغلب هذه الاعلانات تمثل طفا بدنا مكتورا ، يقبل على تناول هذا الغذاء بشرارة ولذة .
 ولكن ... هل بدانة الاطفال هي حقا مستحبة ؟
 كان الراي السائد قديما ان الطفل البدن سليم

ماذا بعد اتهام الرئيس السادات لحسنين هيكـل بالعمالة للولايات المتحدة ؟ ! .
الصحف المصرية تطالب باعتقاله ومحاكمته وتنشر نماذج لمواقفه المعادية للدولة وللصحافة ولزملائه
هيكـل يتصدى لحمولات الهجوم عليه ويكشف اسراراً خطيرة من مواقفه في عهدى عبد الناصر والسادات

رية التي يملكها إنتاج الوقود
 وروس الحربية لهما من الجيوب
 ن الواضح أن كل من مسؤول
 في جهود الرئيس كارتز للحل
 تصدير الدول الأوروبية مثل
 والعدادات
 وموجودات أوروبا الغربية
 أوروبا محدودة ، بينما توجد
 الولايات المتحدة كميات وأفره
 أوروبا لا تستطيع الاعتماد على
 المستورد للحصول على اليورانيوم
 المشع للطاقة فيها ، وفي
 سدد بقل مسر تونين ،

رية التي يملكها إنتاج الوقود
 وروس الحربية لهما من الجيوب
 ن الواضح أن كل من مسؤول
 في جهود الرئيس كارتز للحل
 تصدير الدول الأوروبية مثل
 والعدادات
 وموجودات أوروبا الغربية
 أوروبا محدودة ، بينما توجد
 الولايات المتحدة كميات وأفره
 أوروبا لا تستطيع الاعتماد على
 المستورد للحصول على اليورانيوم
 المشع للطاقة فيها ، وفي
 سدد بقل مسر تونين ،

